

RKV Info

2/1999



Über 800 Teilnehmer beim 4. Internationalen Krokoyama-Cup in Koblenz



EDITORIAL

Editorial



● ● HALBZEIT

Die erste Hälfte des Sportjahres liegt bereits hinter uns und der RKV kann schon jetzt auf viele großartige Sportereignisse zurückblicken!

Neben einer Vielzahl von Lehrgängen, Turnieren, darunter die RKV-Meisterschaften in Kaiserslautern und der 4. Internationale Krokoyama-Cup in Koblenz gab es auch etliche »Routineveranstaltungen« (Kaderlehrgänge, Sitzungen, Fortbildungen) die uns beschäftigt haben.

Die Motivation der RKV-Mitglieder ist hervorragend; besonders bei den Wettkämpfen haben sich etliche Vereine in der Organisation und Durchführung hervorgetan.

Beim Kroko-Cup, der in diesem Jahr alle Rekord schlug und erstklassiges Karate bot fehlten leider etliche Vereine (1.KV LU, TG Konz, ...) auf der Kampffläche!? Eigentlich schade, denn es bleibt die Frage nach den warum.

Logisch, es gab ja nichts (?) zu gewinnen oder sich für ein anderes Turnier zu qualifizieren. Schade, daß manche Vereine nur die Rosinen picken und Mitgliedschaft nicht als ein Geben und Nehmen verstehen. Wer Spitzenkarateka aus ganz Europa vor der Haustüre hat und dann an »Deutschen Meisterschaften« von Pseudo-Verbänden teilnimmt muß schon einen großen Bedarf an Titeln und Pokalen haben.

Denkt mal drüber nach!

Frank Esser
Speicher, im Mai 1999

PRÄSIDIUM

Präsidium

PRÄSIDENT

Stefan Andres
Geschäftsstelle des Rheinland-
Pfälzischen Karate-Verbandes
Avallonstr. 49
56812 Cochem-Cond

Tel.: (0 26 71) 56 04
Fax: (0 26 71) 57 66
e-mail: Stefan.Andres@t-online.de

LEISTUNGSSPORT-REFERENT

Werner Girnstein
Rütscherstraße 155
App. 1506
52072 Aachen

Tel. und Fax: (0 24 1) 9 10 71 14
e-mail: wegj@oph.rwth-aachen.de

VIZEPRÄSIDENT UND SPORTREFERENT

Michael Hoffmann
Gartenstr. 8b
67105 Schifferstadt

Tel.: (0 62 35) 14 12
Fax: (0 62 35) 18 96

KAMPFRICHTER-REFERENT

Rainer Weber
Frankenstraße 4
69198 Schriesheim

Tel.: (0 62 03) 69 25 35
Fax: (0 62 03) 69 25 36
e-mail: RaiWeber@t-online.de

VIZEPRÄSIDENT UND SCHATZMEISTER

Hermann-Josef Andres
Stablostr. 24
56812 Cochem-Cond

Tel.: (0 26 71) 45 13
Fax: (0 26 71) 45 13

PRÜFERREFERENT / STILRICHTUNGSREFERENT SHOTOKAN

Gunar Weichert
Eifelplatz 6
56727 Mayen

Tel.: (0 26 51) 26 69
e-mail: G.Weichert@t-online.de

FRAUENREFERENTIN

Uschi Panschar
Peter Lambert Straße 4
54292 Trier

Tel.: (06 51) 27 26 3
e-mail: KDO@lightstorm.de

BREITENSPORTREFERENT

Bernd Otterstätter
Marie-Curie Str. 1
67454 Haßloch

Tel./Fax:(0 63 24) 8 23 98
e-mail: Belotterstaetter@t-online.de

JUGENDREFERENTIN

Manuela Klaas
Schulstraße 9
56307 Muscheid

Tel.: (0 26 84) 42 33
Fax: (0 26 84) 49 68
e-mail: Muhscheidle@t-online.de

IMPRESSUM

Impressum

Rheinland-Pfälzischer Karateverband e.V. RKV-Info

Frank Esser, Eulner Straße 4
54662 Speicher
Tel.: (0 65 62) 93 02 77
Fax: (0 65 62) 93 02 78
e-mail: RKV Info@aol.com
Internet: www.karate-rkv.de

Layout, Satz, Litho:
pfeiffer werbeagentur
56812 Cochem

Japan-Fahrt

Japan Fahrt

Am 28.03.1999 trat ich mit einer Gruppe von ungefähr 20 Leuten aus den verschiedensten Bereichen des Kampfsportes (Aikido, Iai-Do, etc.) eine 10-tägige Japanreise an.

Sinn der Reise war die Teilnahme an einem Budo-Weltseminar. Es wurden verschiedene Ausflüge, beispielsweise nach Nikko, Yokohama oder Kamakura, unternommen und natürlich auch sehr viel in den verschiedenen Kampfkünsten trainiert.

Da ich mich schon seit mehreren Jahren auch mit Kobudo, dem Kampf mit traditionellen japanischen Waffen, beschäftige, schloß ich mich einer japanischen Budo-Organisation an.

Die Leitung sowohl des Lehrganges als auch des World-Cups stand unter der Leitung der IMAF (International Martial Arts Federation), der ältesten japanischen Budo-Organisation, welche 1952 in Tokio gegründet wurde.

Die Budolehrerorganisation beschäftigt sich vor allem mit dem Erhalt alter japanischer Kriegskünste, wie z.B. Iai-Do, Kendo, Kyodo, Judo, Aikido, Ju-Jutsu, Kobudo und, wenn auch in geringem Maße, natürlich Karate-Do. Die Karatesektion der IMAF ist relativ klein, wobei aber namhafte Großmeister wie G. Yamaguchi oder Ohtsuka zu ihren Lebzeiten als Gründungsmitglieder fungierten. Bisweilen ist auch H. Kanazawa als Lehrer bei IMAF-Weltlehrgängen tätig. In Deutschland wird diese Organisation durch H. D. Rauscher, einem Karatepionier vertreten. Rauscher war auch Gründungsmitglied des damaligen Deutschen Karate-Bundes, DKB.

Es ist ein Ziel der IMAF, das Training von Budo-Disziplinen über Stilrich-

tungsgrenzen hinweg zu fördern, beispielsweise indem Karatekas sich auch im Bereich des Judo, Ju-Jutsu oder Kobudo weiterbilden. Somit umfaßt das Training eine abwechslungsreiche Ausbildung.

In Japan wurden mir viele neue Eindrücke vermittelt. So war es interessant, auch einmal mit dem Bokken (jap. Holzsword) oder sogar mit einem Katana zu trainieren. Die Lehrgangsleitung oblag folgenden Meistern: Ochiai 10.Dan, Sato 9. Dan, Higuchi 8. Dan, Sakai 9.Dan, Higuchi 8. Dan, Nobetsu 8.Dan, um nur einige zu nennen. Obwohl teilweise über 70 Jahre alt, waren sie in guter Form und es war eine Ehre, von ihnen lernen zu dürfen. Das Training, welches in drei tägliche Einheiten zu je zwei Stunden eingeteilt war, ging auch sehr an die Substanz. Nach der letzten Trainingseinheit ging es zur Entspannung in ein japanisches Bad oder zur Massage. Zum Abschluß des Lehrganges fanden auch noch Dan-Prüfungen statt. Nach anstrengender Prüfung vor der japanischen Kommission wurde mir der 1.Dan Bo-Jutsu verliehen.

Untergebracht waren wir in einem Sportinternat in Ageo, einem kleinen Vorort von Tokio. Dort wurde in Gemeinschaftszimmern, die in japanischem Stil eingerichtet waren, auf Futons geschlafen.

Wegen dem Training, der Mentalität und vor allem dem Essen war der Aufenthalt schon eine gewisse Umstellung. Es gab dort Fisch in allen Variationen, teilweise bereits zum Frühstück. Wer kann behaupten, es sei keine Umstellung, wenn man zum Frühstück gesalzene Fisch, Suppe, Reis und kaltes, eigenartiges Gemüse vorgesetzt bekommt, und das ohne Messer und Gabel?



Auf Grund der erfreulichen Tatsache, daß die Japaner sehr trinkfest sind, wurden des Abends in der Mensa Lehrgespräche (Mondo) bei Sake, Bier und Unmengen Nikotin geführt. Halbleere Gläser wurden augenblicklich nachgefüllt. Auch die schöne Kunst des Gesanges wurde des öfteren gefordert: Da in Japan Karaoke sehr beliebt ist, mußte jeder singen, egal wie schlecht.

Zum World-Cup:

Am World-Cup nahmen lediglich 200 Wettkämpfer teil, von denen einige erst zum Wettkampf anreisten. Auch waren es insgesamt nur acht Nationen. Ich startete in der Kobudo-Disziplin sowie Kata in der Klasse ab 3.Dan. Die Wettkampfdisziplinen sind in der IMAF nach Dan-Graden unterteilt: Es gibt Klassen für 1. und 2. Dan, 3. bis 5. Dan sowie ab 6. Dan. Mit der Bo-Kata Shu-Shi-No-Kon-Sho gelang es mir, sehr zu meiner Überraschung, den zweiten Platz zu belegen, wobei ich etliche Japaner und starke US-Amerikaner auf die Plätze verwies. In der Disziplin Kata ab 3.Dan, in der lediglich 18 Teilnehmer starteten, zeigte ich in der Vorrunde Unsu, im Finale dann Suparimpei. Damit belegte ich hier den ersten Platz vor einem Japaner mit Sepai sowie einem Amerikaner mit Sochin. Beide hatte ich vor dem Wettkampf deutlich stärker eingeschätzt. In den Pausen gab es sehenswerte Vorfürhungen der Japaner in den verschiedenen Systemen.

Mit vielen neuen Eindrücken und schönen Erfolgen traten wir schließlich die Heimreise an.

Fazit: Japan ist in vielerlei Hinsicht einen Besuch wert und für jeden ernsthaften Karateka ein Muß.

Sayonara
von Marcus Gutzmer

INHALT

Krokoyama-Cup 99S. 4-5
Frauen-Karate + Fragebogenaktion	...S. 6-7
Gedanken eines TrainersS. 8
German Kata CupS. 10-11
Fehlerkorrektur im KarateS. 15-16
Lehrgänge und EventsS. 18-20
Dickhäuter im RKVS. 22

4. Internationaler Krokoyama-Cup mit neuem Teilnehmerrekord!

Zum 4. Mal fand am Samstag, dem 17. April 1999 der Internationale Krokoyama-Cup des Rheinland-Pfälzischen Karate Verbandes (RKV) statt.



Timo Gifler, KD Lahr

Insgesamt 800 Karateka aus ganz Europa starteten in den Disziplinen Kata und Kumite in verschiedenen Alters- und Gewichtsklassen bei einem der größten Jugendturniere in Europa!

Darunter waren neben Kindern und Jugendlichen aus Deutschland, vertreten durch die Kader der Bundesländer und diverser Vereine, auch Kämpfer aus Dänemark, Belgien, Österreich, Luxemburg, Slowenien und verschiedenen anderen europäischen Nachbarstaaten. Aus den Niederlanden war sogar eine nationale Auswahl erfolgreich am Start.

Besonders die Youngsters aus den östlichen Ländern zeigten hervorragende Leistungen in Kata und einen energischen Einsatz beim

Kampf. In diesen Ländern wird Karate unter anderen Gesichtspunkten betrieben. Intensives Training (4 - 5 mal wöchentlich) und regelmäßige Teilnahme an international hochgradigen Turnieren sind hier die Voraussetzungen für den Erfolg bei Wettkämpfen wie dem Krokoyama Cup. Im Kumite-Shiai dominieren vor allem die Sportler aus den Niederlanden, während im Kata-Shiai die Kämpfer aus Slowenien und Kroatien das Geschehen bestimmten.

Auch die Teams aus dem DKV, so der Landeskader Hessen, Landeskader Berlin, Landeskader Sachsen-Anhalt, Landeskader Thüringen, Vereinsmannschaften aus Baden-Württemberg (Lahr, Schweningen, Karlsruhe, Bruchsal,...) Nordrhein-Westfalen (Bonn, Dellbrück, Bochum, ...) Bayern (Ulm) und viele mehr waren mit zahlreichen Kämpfern vertreten.

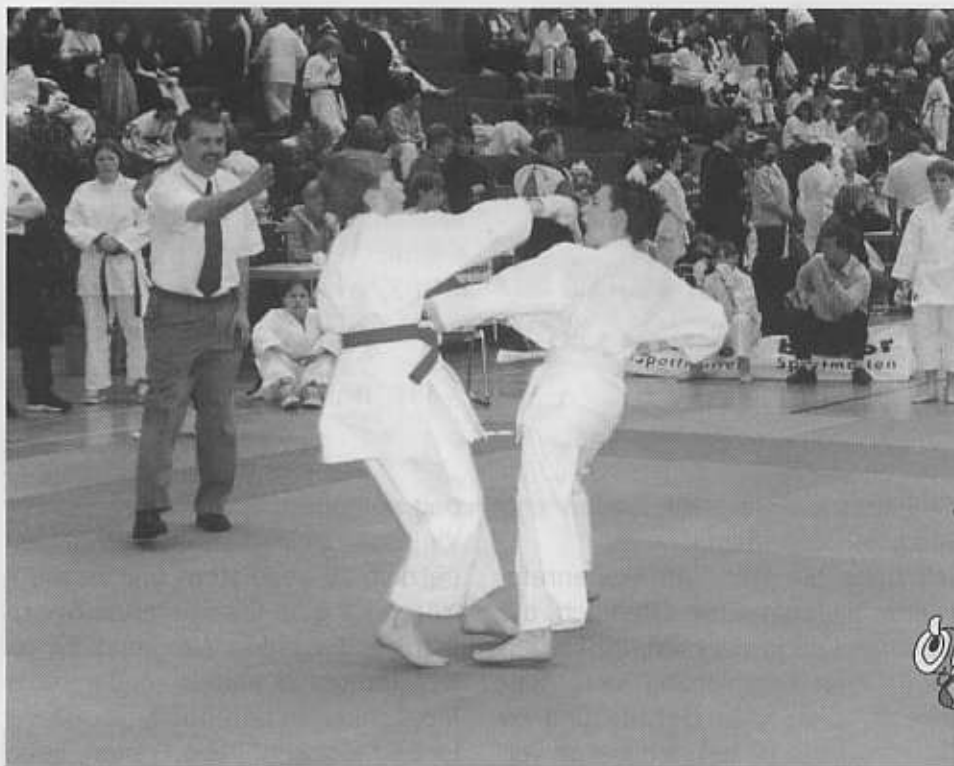
Für diese Vereine war der Krokoyama-Cup somit auch eine wichtige Etappe der Vorbereitung auf die offizielle Deutsche Meisterschaft des DKV am 13. Juni 1999 in Villingen. Natürlich konnten auch die Vereine aus Rheinland-Pfalz sich in den Medaillenrängen platzieren und so der nationalen und internationalen Konkurrenz entsprechend Paroli bieten! Neben den Erfolgsgaranten vom SKR Germersheim konnten

ebenfalls Sportler aus Schifferstadt, Zweibrücken, Trier, Cochem, Wirges, PSV Trier und TG Limburgerhof auf den vorderen Plätzen mitmischen. Die Platzierungen der aller Disziplinen findet Ihr übrigens in der Tabelle auf der RKV-Homepage.

Durch die mehrfache Teilnahme in verschiedenen Disziplinen brachten es die 800 Karateka auf über 1200 Einzelstarts. Die mit acht Kampfplätzen ausgerüstete Sporthalle in Oberwerth war neben den 45 Helfern aus ver-



schiedenen Vereinen des RKV und des RKV-Orgateams mit außerdem Aktiven und zahlreichen Zuschauern gut gefüllt. Gekämpft wurde nach den Regeln der World Karate Federation (WKF), deren Einhaltung von 40 Kampfrichtern, darunter zahlreiche Bundeskampfrichter und Judges aus dem Ausland, genauestens kontrolliert wurde. Den zahlreich angereisten Kampfrichtern sei an dieser



Stelle nochmals gedacht, da auch sie mit verantwortlich für das gute Niveau auf den Kampfplätzen sind.

Für die medizinische Betreuung stand ein Team des Deutschen Roten Kreuz zur Verfügung, daß jedoch keine nennenswerten Verletzungen behandeln mußte.

Aufgrund der hervorragenden äußeren Umstände welche die Anlage in Oberwerth bietet, die professionelle Organisation und Durchführung des Wettkampfes durch den RKV und vor allem dem erstklassigen Niveau der Kämpfer hat sich der internationale Krokoyama-Cup zu einem wichtigen Nachwuchsturnier in Europa entwickelt. RKV-Präsident Stefan Andres ist auf Grund des überwiegend positiven Verlaufes des Turniers guter Hoffnung die Europameisterschaft der Jugend im Jahr 2002 in Koblenz ausrichten zu können!

Vorher wird es natürlich noch 2 x den Krokoyama-Cup geben! Im nächsten Jahr gibt es die 5. Auflage am 20.04.2000 in der Sporthalle Oberwerth in Koblenz.

*Frank Esser,
Pressereferent des RKV*



INFO für Frauen und Mädchen

Frauenreferentin im RKV:

Uschi Panschar

Peter-Lambert-Str. 4, 54292 Trier

Telefon: 06 51/2 72 63

e-Mail:

<http://www.kdo@lightstorm.de>

Die Wahl zur Landesfrauenreferentin kam für mich ehrlich gesagt überraschend. Ich bedanke mich jedoch für das Vertrauen, welches die Delegierten des RKV in mich gesetzt haben und werde versuchen, berechnete Interessen der Frauen und Mädchen innerhalb des Verbandes zu vertreten und durchzusetzen.

Zunächst aber ein Wort an Ingrid Velten, die vor mir dieses Amt mit viel Engagement wahrgenommen hat. Ingrid hat hier bereits im Interesse der Mädchen und Frauen viel bewegt und auf den Weg gebracht. Ich habe Ingrid kennen und schätzen gelernt in Ihrer Arbeit und dabei auch die Schwierigkeiten miterlebt, mit denen Ingrid hier zu kämpfen hatte. Ingrid, für Deine Arbeit gebührt Dir großen Dank!

Ich freue mich über viele Mitteilungen, Informationen und Anregungen von Euch an obige Anschrift, Telefonnummer oder E-Mail-Adresse. Ich bin Vorsitzende des Trier Vereins Karate-DO und Selbstverteidigung. Ich kam vor 13 Jahren als Späteinsteigerin zum Karatesport, meine Begeisterung wird immer größer. Ich bin stolz darauf, daß ich mit meinem Sohn zusammen am gleichen Tag die Prüfung zum 1. DAN ablegen konnte. Als solche möchte ich Vorbild und Motivation für andere sein. Auf vielen Maßnahmen und Lehrgängen konnte ich mir Kenntnisse im speziellen Bereich der Selbstbehauptung und

Selbstverteidigung für Frauen und Mädchen erwerben.

Ich habe die Wahl zur Frauenreferentin angenommen, weil ich die Belange und Interessen der Frauen im RKV für sehr wichtig halte, hier gibt es noch viele Defizite und es ist genügend zu tun. Ich werde versuchen Ingrids Ideen aufzunehmen und bemüht sein, eigene Akzente in der Frauenarbeit des Verbandes zu setzen.

Hierfür ist Eure Mitarbeit unbedingt erforderlich!

Um zu wissen, wo und wie Eure Wünsche und Interessen für eine verbandsweite Frauenarbeit sind, habe ich eine

FRAGEBOGEN-AKTION

in Gang gebracht, die sich an alle Mädchen und Frauen der Vereine richtet. Bitte beteiligt Euch möglichst zahlreich an dieser Aktion und unterstützt damit Eure eigenen Interessen. Teilt mir auch mit, wenn kein Interesse an speziellen Frauenangeboten besteht und sagt mir dann auch die Gründe. Der Fragebogen ist auch dazu gedacht, daß die Vereine/Dojos ihre Meinung hierzu kundtun können. Auf der Grundlage der gewonnenen Informationen, werde ich dann meine weitere Ar-

beit aufbauen.

Vielleicht gelingt es mir Euch zusätzlich zu begeistern und zu motivieren für eine faszinierende Sportart, die für jedes Alter und für jedes Interesse immer wieder neue Möglichkeiten bereithält.

Liebe Mädchen, liebe Frauen, liebe Dojos ...

Ich zähle auf Euch!

Uschi Panschar



FRAGEBOGEN

für alle Mädchen und Frauen im RKV

Bist Du an Verbandsmaßnahmen speziell für Frauen und Mädchen interessiert?

ja nein



Name, Vorname, Anschrift, Tel.

Welchem Verein gehörst Du an?

Wie alt bist Du?

_____ Jahre

Kyu-Grad

_____ Kyu

Dan-Grad

_____ Dan

Hast Du, bzw. warum konntest Du an den bisherigen Angeboten nicht teilnehmen?

Habe teilgenommen

Keine Zeit

Kein Babysitter

keine Information

Keine Fahrgelegenheit

Keine Lust

Möchtest Du mehr Angebote für

Kata/Bunkai

ja nein



Kumite

Realitätsnahe Verteidigungspraxis

TaiChi, QiGong, Shiatsu

Wünschst Du Dir noch mehr Angebote, evtl. welche?

Weitere Anregungen

Bitte abtrennen, ausfüllen und direkt an:
 Uschi Panschar, Peter-Lambert-Str. 4, 54292 Trier

Gedanken eines Vereinstrainers und Kampfrichters zur RKV Schüler- und Kindermeisterschaft

Beim Betreten der Halle hatte ich ein gutes Gefühl: Die Halle war groß und übersichtlich, für Betreuer und Kinder in vier Kampfflächen unterteilt. Ich hatte mir vorgenommen, den Nachwuchs aus unserem Verein zu betreuen. Die Organisation war sehr gut und in sicherer Hand von Frank Esser. Ein paar kleinere Unstimmigkeiten auf den ausgehängten Pool und Starterlisten waren schnell bereinigt. Da ich in der Vergangenheit immer als Kampfrichter tätig war und das Regelwerk kenne, hatte ich auch keine Probleme meinen Sportlern, die in ihren Augen etwas unverständlichen Entscheidungen der Kampfrichter zu erklären. Am Rande des Geschehens ist mir aufgefallen, daß so mancher Betreuer gut daran täte, sich das Regelwerk einmal anzuschauen. Besonders wenn man in der Vergangenheit selbst Kampfrichter war. Ein großes Lob möchte ich an dieser Stelle allen Kampfrichtern aussprechen, die so manche Beleidigung und Beschimpfung von solchen Betreuern überhört. Denn sonst wäre ein solches Turnier nicht durchführbar.

Als Vereinstrainer muß ich leider sagen, daß ich in der Vergangenheit besser Betreuer als Kampfrichter gewesen wäre. Denn so war ich nicht als Betreuer für unsere Sportler da und konnte keine nützlichen Tipps mit auf die Kampffläche geben. Daß wir in der Vergangenheit etliche Erfolge hatten und in den Medaillenspiegeln immer mit vorne waren, hat so mancher leider nicht bemerkt. Das Ergebnis bei der diesjährigen RKV-Meisterschaft war das Beste, seit der KST Mitglied im RKV ist. Im Kumite Bereich holten die Sportler aus Trier gleich mehrere Titel, im Einzel wie auch im Team. Nicht nur alleine die gute Vorbereitung durch unseren Kumitetrainer Thomas München, sondern auch die gute Zusammenarbeit mit dem Landestrainer Norbert Schmidt trugen hierzu bei. Norbert

stellte von Sportlerinnen aus Wirges und vom KST Trier zwei Kumite Teams zusammen, die sich beide plazierten: ein Team auf Platz 1 und ein Team auf Platz 3. Trotz regelmäßigem Stützpunkttraining und intensiver Vorbereitung durch den Kata Trainer des KST Trier Peter Willems und Stützpunkttrainer Dietmar Spang blieben die Ergebnisse im Kata Bereich etwas hinter den Möglichkeiten. Leider ist es aus wirtschaftlichen Gründen nicht möglich, daß unser Landestrainer Kata ein Training im Leistungszentrum Wittlich abhalten kann, jedoch alleine im KST Trier sind 25 talentierte Kata Sportler, ohne die Vereine aus der Umgebung Triers. Aus wirtschaftlichen Gründen ist es uns als Verein auch nicht möglich mehrmals im Jahr mit so vielen Kindern durch das Land zu Reisen. Denn leider ist keiner von uns von Berufswegen Karatetrainer und kann es aus zeitlichen Gründen nicht sein. Eine Busreise ist aus wirtschaftlichen Gründen für uns nicht möglich. Bleibt eigentlich nur die Hoffnung, daß man sich von Seiten der Verantwortlichen der Beiträge erinnert, die unsere Kids entrichten. Diese Beiträge kann man anhand der Jahressichtmarken im DKV-Paß leicht ersehen. Es wäre schade, wenn die gute Arbeit die unser Landestrainer macht, nur in einer Ecke von Rheinland-Pfalz Früchte tragen würde, während andere Talente aus wirtschaftlichen Gründen, auf der Strecke bleiben. Außerdem sollten wir eventuelle persönliche Gründe vergessen und uns an den Weg des Karate erinnern (Karate-Do) und nicht die Spaltung in Rheinland-Pfalz in zwei oder drei Teile vorantreiben. So manche von uns als nicht gut geheißene Karateorganisation würde sich darüber sehr freuen.

Peter Willems, KST Trier

Länderübergreifender Kampfrichterlehrgang in Frankenthal

Am 20.02.99 trafen sich die Landes- und Bundeskampfrichter des Rheinland-Pfälzischen Karate-Verbandes e.V. und des Hessischen Karate-Verbandes zu einem gemeinsamen Kampfrichterlehrgang mit Klaus Sterba im Landesleistungszentrum des RKV in Frankenthal.

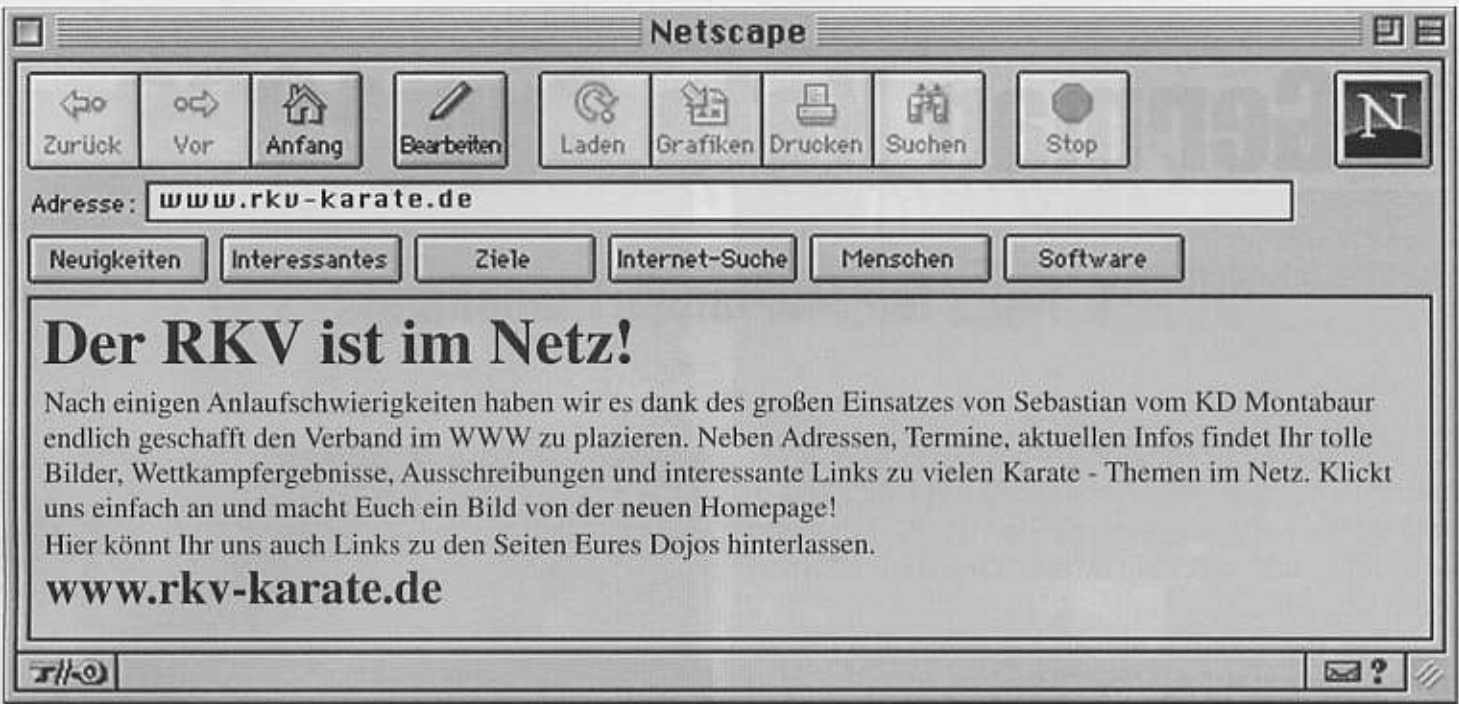
Klaus, der am 12.03.99 in Weinheim von den Kampfrichterreferenten der Länder in seinem Amt als Bundeskampfrichterreferent bestätigt wurde, ging bei diesem LG im theoretischen Teil besonders auf die Ippon-Kriterien und das Verhalten der Kampfrichter innerhalb und außerhalb der Kampffläche ein. Aus den besagten Themen entwickelten sich so einige interessante Diskussionen.

Im praktischen Teil waren einige der Kampfrichter doch etwas überrascht, mußte man doch selbst als Kämpfer fungieren! Man ist vielleicht doch etwas aus der Übung?!

Die Resonanz der teilnehmenden Kampfrichter auf den ersten gemeinsamen Lehrgang dieser Art von Hessen und Rheinland-Pfalz war sehr gut, so daß man mit aufgefrischem Wissen und neuen Kenntnissen den kommenden Turnier- und Wettkampfeinsätzen beruhigt entgegen sehen kann.

R. Weber,
Landeskampfrichterreferent

Anm. d. Red.
Namentlich benannte Artikel geben lediglich die Meinung des Autors wieder!



RKV-Info jetzt abonnieren

Wir möchten in Rheinland-Pfalz neue Wege gehen. Das RKV-Info kann jetzt abonniert werden! Bisher wurde das RKV-Info mit einer Auflage von 1.600 Stück über die Dojos verteilt. Das wird auch künftig so bleiben. Bei ca. 6.000 Karateka im RKV erhält aber etwa nur jeder Vierte unser Magazin.

Um Informationen über Meisterschaften, Lehrgänge und sonstige Karateveranstaltungen noch breiter streuen zu können, bieten wir ab sofort den Bezug des RKV-Infos per Abonnement an.

Ihr erhaltet dann das RKV-Info auf direktem Postweg ins Haus geliefert.
Ein Abonnement (4 Ausgaben) kostet DM 15,-

Bitte sendet Eure Aboerklärung (im Anhang) an die Geschäftsstelle (lesbare Anschrift, mit Telefon- und möglichst auch Faxnummer sowie Bankverbindung).

Herzlichen Dank!



ABO-ERKLÄRUNG

JA, ich will das RKV-Info in Zukunft per Post haben! Ich abonniere jährlich 4 Ausgaben zum Gesamtpreis von **DM 15,-** (inkl. der gesetzl. Mehrwertsteuer).
Den fälligen Betrag wird der Rheinland-Pfälzische Karate-Verband e. V. von folgendem Konto abbuchen:

Bankverbindung: _____
 Name der Bank: _____
 Bankleitzahl: _____
 Kontonummer: _____
 Kontoinhaber: _____
 An folgende Anschrift soll das RKV Info verschickt werden:
 Name / Vorname: _____
 Straße / Hausnummer: _____
 PLZ / Wohnort: _____

Datum _____ Unterschrift _____



German Kata Cup 1999

1. Platz für Marianna Theophanus

Kata Team, SKR Germersheim

Im Rahmen des Kata-Spezial-Seminars in Maintal mit Bundestrainer E. Karamitsos und den Nationalmannschaftsmitgliedern Sigi Hartl, Scharzad Mansouri und Michael Mack fand der German Kata Cup statt.

Der Cup dient seit je her als Generalprobe für die im Sommer stattfindende DM.

Diese Tatsache beschert dem Turnier natürlich ein exquisites Starterfeld aus Qualifikanten für die DM und Topathleten der Landes- und Bundeskader aller Altersklassen.

So waren auch die Topleute der RKV-Katakader am Start. Folgende Sportler waren von den Landestrainern Gunar Weichert (Junioren/Senioren) und Pino Arcieri (Schüler/Jugend) gemeldet:

Kirsche, Britta	SKR Germersheim
Aliani, Sandra	SKR Germersheim
Theophanus, Marianna	SF Neustadt/Wied
Krausharr, Sabine	GR Schifferstadt
Klaas, Manuela	KD Mayen/Mendig
Müller, Kerstin	KD Montabaur
Sedda, Guiseppe	1. KV Ludwigshafen
Puccio, Calogero	1. KV Ludwigshafen
Dettmar, Nina	TV Anhausen
Jäger, Nina	SKV Speyer
Sadegh, Said	TG Konz
Riesz, Michael	SKR Germersheim
Davide, Orlando	SKR Germersheim
Thomas, Patrick	GR Schifferstadt

Desweiteren waren Marcus Gutzmer (Budokan Kaiserslautern), Sebastian Walter (TG Konz) und Markus Michels (TG Konz) von Ihren Vereinen gemeldet.

In der Disziplin Kata Team Bunkai waren jeweils eine Mannschaft von SKR Germersheim und TG Konz am Start.



Die rheinland-pfälzischen Bundeskampfrichter Rainer Weber und Lothar Becker waren ebenfalls im Einsatz.

Schon in der ersten Runde trennte sich die Spreu vom Weizen und Sandra Aliani, Puccio Calogero, Davide Orlando, Sebastian Walter, Markus Michels und Said Sadegh schieden aus.

Nach Aussage einiger Sportler war das frühe Ausscheiden eher auf Befangenheit zu Gunsten von Bundeskaderathleten als auf qualitative oder technische Unterschiede zurückzuführen. Dies sei mal so dahingestellt?!

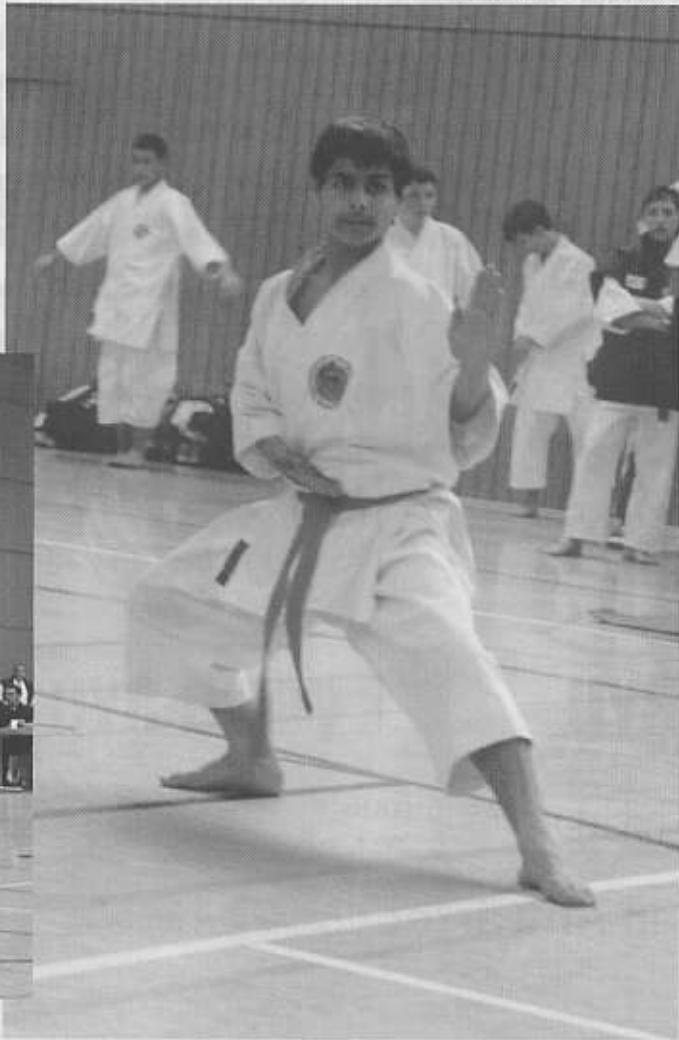
In Runde 2 verabschiedeten sich Sabine Kraushaar, Nina Dettmar, Kerstin Müller, Michael Riesz, Britta Kirsche und Guiseppe Sedda.

Somit waren jedoch 4 Sportler im Finale, was in dem Topfeld schon anerkennenswert ist.

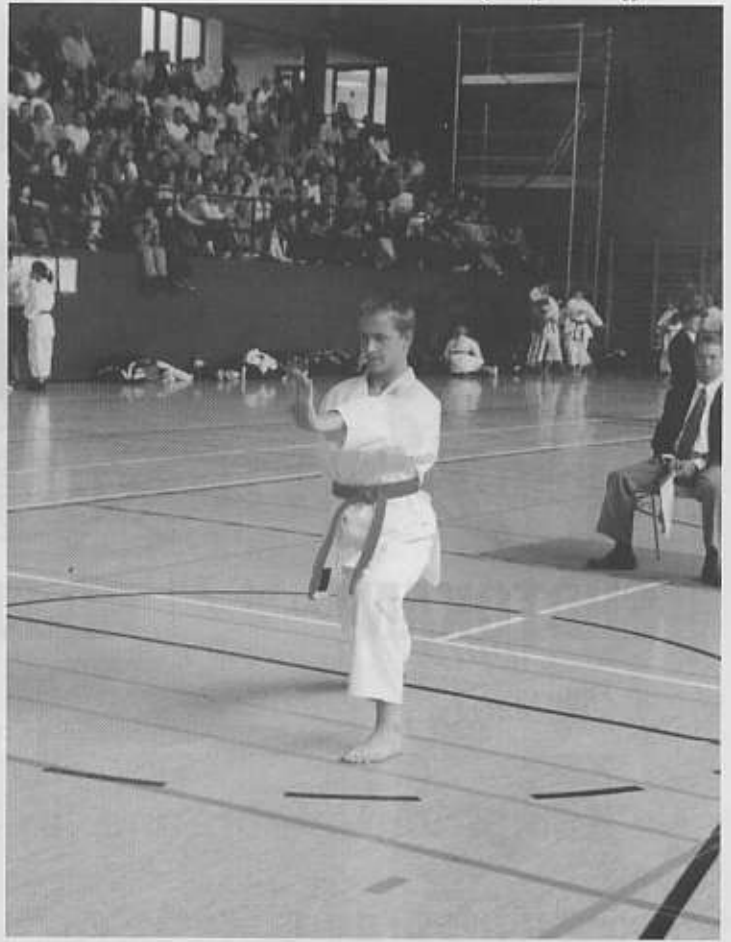
Nina Jäger erreichte im Finale ihrer Gruppe (8 Finalisten) den 6. Platz mit 2 Zehnteln Rückstand zu Platz 5.

Obwohl Patrick Thomas an diesem Tag in guter Form war reichte es auch bei ihm nicht bis auf's Podest, da er sich nur als 4. Plazierte. Ebenfalls

Said Sadegh, TG Konz



*Patrick Thomas
Goju Ryu Schifferstadt*



Platz 4 für Manuela Klaas die in der Endrunde Goju-Shio-Sho zeigte.

In dieser Gruppe startete auch Marianna Theophanus die durch eine fast fehlerfreie Goju-Shio-Sho die Konkurrenz mit 41,8 Punkten weit hinter sich ließ, 40,6 Punkte hatte die zweitplaziert, und den 1. Platz belegte.

Neben dem Erfolg im Einzel gab es auch erfreuliches der Teamkämpfe zu berichten. Nach leichten Schwierigkeiten mit der Starterlaubnis kämpften sich die Jungs der TG Konz mit Heian Nidan sou-

verän auf Platz 4 vor. Besonders beeindruckend für Kampfrichter und Zuschauer war der mörderische Yoko-Geri, der Markus zu Flugübungen zwang!

Auch die Damen vom SKR Germersheim zeigten mit Enpi eine sehr gute Performance und belegten durch die präzise technische Ausführung und die absolute Synchronität den 2. Platz hinter der überragenden Mannschaft vom KD Lahr. Die Gesamtbilanz des RKV ist somit als durchaus positiv zu werten und läßt für die DM in Villingen noch einiges erwarten!

Ergebnisse

im Überblick

- 1. Platz Marianna, Theophanus
- 2. Platz SKR Germersheim
- 4. Platz Thomas, Patrick
- 4. Platz Klaas, Manuela
- 4. Platz TG Konz

- Senioren Damen
- Kata Team Bunkai
- Jugend Herren
- Senioren Damen
- Kata Team Bunkai

2. RKV VERBANDSLEHRGANG

2. RKV Verbandslehrgang

••• **Stilartübergreifender Breitensportlehrgang
der 3 Stilarten im RKV**



SHOTOKAN

Shotokan



GOJU-RYU

Goju-Ryu



WADO-RYU

Wado-Ryu

- **Kampfrichterlehrgang für Dan-Anwärter** (Theorie und Praxis)
- **Prüferlehrgang**
- **Übungsleiter- und B-Trainerfortbildung**
- **Einführung in Bo-Jutsu (Langstock)** (Bitte Decke mitbringen)
- **Selbstbehauptung und Selbstverteidigung für Frauen**
- **Karate als Schulsport** (Fachreferat)
- **Jugendtag der Karatejugend im RKV**
- **Frauentag**
- **Shiatsu Qi-Gong**

ANMELDESCHLUSS: 07. August 1999

TERMIN 21. und 22. August 1999

ORT Schifferstadt, Schulzentrum Süd / Kreissporthalle

LEHRGANGSGEBÜHR Erwachsene: 40,- DM
Kinder unter 14 J. : 25,- DM

VERPFLEGUNG günstige Verpflegung wird in der Halle angeboten

ÜBERNACHTUNG bitte selbst organisieren

Hotel/Restaurant PALATIA
Am Sportzentrum
67105 Schifferstadt
☎ 0 62 35/95 62 0

Hotel/Restaurant ZUR KANNE
Kirchenstraße 7
67105 Schifferstadt
☎ 0 62 35/49 00 0

Hotel/Restaurant SALISCHER HOF
Burgstraße 12
67105 Schifferstadt
☎ 0 62 35/93 10

Hotel/Restaurant KAUFMANN
Bahnhofstraße 81
67105 Schifferstadt
☎ 0 62 35/49 60

Jugendherberge
Geibstraße 5
67346 Speyer (ca. 10 km
von Schifferstadt entfernt)
☎ 0 62 32/75 38 0

ANMELDUNG/INFO Nähere Informationen und den
Trainingsplan entnehmt Ihr bitte der Ausschreibung
die der Vereinspost beiliegt!

Michael Hoffmann
Gartenstr. 8b
67105 Schifferstadt
Tel.: 0 62 35/14 12
Fax: 0 62 35/18 96

Bernd Otterstätter
Marie-Curie Str. 1
67454 Haßloch
Tel./Fax: 0 63 24/8 23 98
Email: BELOtterstätter@t-online.de

Erste Frau im KD Salmtal legt Dan ab!

Am 29.11.98 hat Iris Thieltges als erste Frau im Karate-Dojo-Salmtal die Prüfung zum ersten Dan bestanden. Selbst nach den anstrengenden Lehrgangseinheiten mit Günther Mohr vom 28. und 29.11.98 in Kaiserslautern ließ sie nicht von ihrem Vorhaben ab, die Prüfung im Anschluß an den Lehrgang abzulegen. Ihr Ehrgeiz und Trainingseifer wurden dann auch mit Urkunde und schwarzem Gürtel belohnt. Einen herzlichen Glückwunsch von allen Mitgliedern des Vereins und einen Dank für ihre vorbildliche und äußerst zuverlässige Vereinsarbeit als Kassenwart und in der Jugendarbeit möchten wir hier überbringen.

Hubert Kronauer, KD Salmtal



Vier neue Meistergrade für Wittlicher Karateka

Beim diesjährigen Osterlehrgang in Maintal traten 4 Karateka des Karate-Clubs Wittlich bei Bundestrainer Toni Dietl zur Prüfung zum 1. bzw. 2. Dan an.

Als einzige Frau nahm Ivonne Hofer an der Prüfung zum 1. Dan teil. Zum 2. Dan traten Alfons Steuer, der mit seinen 50 Jahren immer noch aktiv Karate betreibt, sowie der mehrfache Rheinland-Pfalz-Meister, Andreas Golczuk, an.

Der 3. Teilnehmer zum 2. Dan war Uwe Müller, der in seiner 16jährigen Karatelaufbahn ebenfalls erfolgreich teilgenommen hat. Diese 3 Karateka stehen dem KC Wittlich seit Jahren auch als lizenzierte Trainer zur Verfügung.

Zudem zählt der KCW nach der erfolgreichen Teilnahme am Osterlehrgang zu den Vereinen mit den meisten Dan-Trägern in Rheinland-Pfalz.

Ivonne Hofer, KC Wittlich

**Die Geschäftsstelle ist in der Zeit vom 2. Juli bis 18. Juli
wegen Urlaubs geschlossen.**

Die Karatetrainerin/der Karatetrainer - Teil 3

Die Fehlerkorrektur im Karatetraining

1. Vorbemerkungen:

Obwohl Du als Karatetrainer/in offenkundige Fehler in keiner Ausbildungsphase tolerieren solltest, ist es dagegen auch nicht sinnvoll, bei den Karateschülern/innen viele Fehler gleichzeitig zu korrigieren. Daher mußt Du jeweils mit dem gravierendsten Fehler beginnen.

Die Häufigkeit der Fehlerkorrektur im Karatetraining ist anderen Sportarten gegenüber außergewöhnlich hoch. Obwohl wir Karatetrainer/innen dies als normal empfinden, lassen sich Neulinge in unserer Sportart häufig dadurch irritieren. Daher bieten wir Dir die folgenden Vorschläge als Hilfestellung an:

Erkläre Neulingen in unserer Sportart unbedingt so früh wie möglich, warum Du soviel korrigierst und welchen Vorteil sie davon haben (z.B. damit sie die Techniken von Anfang an richtig lernen, um später keine Zeit für korrigierendes Training investieren zu müssen).

Außerdem solltest Du ihnen verdeutlichen, daß die Fehlerkorrektur keine Wertung über die Person ist und aus ihr keine falschen Schlußfolgerungen gezogen werden dürfen (Beispiele: Die Häufigkeit der Korrekturen macht keine Aussage über die Qualität der Karate-techniken oder über die Zuneigung zu jemandem). Du kannst auch erläutern, daß Schwarzgurtträger ebenfalls noch dazulernen können.

Vor der taktilen Korrektur (=Hand anlegen-) solltest Du die Gruppe vorwarnen, daß Deine »Berührung« eine Methode der Fehlerkorrektur ist!

Dazu solltest Du Dir vorher von Deinen Schülerinnen und Schülern unbedingt die Erlaubnis einholen, um verhängnisvolle Mißverständnisse zu vermeiden!

2. Wie verläuft eine Fehlerkorrektur allgemein?

Der Prozeß der Fehlerkorrektur:

- Du erkennst Fehler und analysierst diese (Bewegungsanalyse)
- Du erklärst die Fehler
- Du führst Fehlerkorrekturmaßnahmen durch (verbal, visuell, taktil)

3. Zu welchem Zeitpunkt des Trainings solltest Du Fehler korrigieren?

Korrigiere eher zu Trainingsbeginn als gegen Trainingsende, weil sich Deine Schüler/innen zu diesem Zeitpunkt besser auf technische Feinheiten konzentrieren können.

Verbessere eher zu Beginn einer Übungsfolge als am Ende, um Wiederholungen von fehlerbehafteten Techniken zu vermeiden. Dadurch ermöglichst Du während der Übungsfolge bis zu deren Ende genügend Wiederholungsmöglichkeiten für die korrigierte Technik.

Korrigiere möglichst bei leichter oder mittlerer Belastung (50-70%) und nicht, wenn Deine Schüler/innen »ausgepumpt« sind und deren Aufnahmefähigkeit erheblich verringert ist.

4. Wie solltest Du bei Deinen Schüler/innen Fehler korrigieren?

Gib bereits während der ersten praktischen Ausführung der Bewegung einfache, verbale Hinweise.

Nenne nicht nur den von Dir erkannten Fehler als Feststellung, sondern gebe

auch gleich die Korrektur als Zielanweisung an.

Deine Korrektur muß sachbezogen und darf niemals eine persönliche Beleidigung o.ä. sein.

Nenne vor der Gruppe nur allgemeine Fehler (also so, daß Du alle ansprichst) und individuelle Fehler nur dem einzelnen Schüler, daß sich nur diese/dieser angesprochen fühlt, die/der den Fehler macht.

Falls Du ggf. doch aus größerer Entfernung der/dem betreffenden Schüler/in eine Korrekturanweisung geben möchtest, solltest Du aber erst deren/dessen Namen nennen, um deren/dessen Aufmerksamkeit auf Dich zu lenken.

Formuliere Korrekturen möglichst positiv. Beispiel: »... den Arm an der Hüfte schleifen ...« statt »... Arm nicht im Halbkreis nach vorne bewegen ...«. Dies ist jedoch nicht immer möglich.

Spreche bei Korrekturen Deine Schüler/innen immer persönlich an, damit sie nicht meinen, es betreffe ja sowieso jemand anderen.

Formuliere Deine Korrekturen kurz, aber trotzdem eindeutig (z.B. »Faust tiefer«). »Romane« erzählen kostet viel Zeit und hemmt den Trainingsfluß.

Versuche den gravierendsten Fehler zuerst zu finden und zu korrigieren.

Nach einer Korrektur mußt Du Deine Schüler/innen unbedingt nochmals üben lassen, damit sie die Möglichkeit haben, sich zu verbessern. Im nächsten Training ist die Kritik meist vergessen. Eine Ausnahme liegt z.B. bei einer methodischen Reihe vor (aufbauende Übung), bei der Deine Schüler/innen anschließend bei der nächsten Übung an derselben Korrektur arbeiten. ▶▶▶



Mache auch von der taktilen Korrektur Gebrauch («Hand anlegen», «Helfende Hand»). Benutze dazu nur Deine Hände! Negativbeispiel: Beim Zenkutsu-dachi der/dem Karateschüler/in auf das hintere Bein treten, um die Stabilität der Fußstellung zu überprüfen.

Versuche stets, die Fehlerursachen zu finden, nicht die Folgefehler. Deine Fehlerkorrektur muß die Fehlerursache beseitigen.

Nenne möglichst nur 1 Fehler (Ausnahme: es gibt einen Zusammenhang zwischen 2 Fehlern = Folgefehler). Eine weitere Ausnahme liegt z.B. vor, wenn der Landestrainer oder ein Prüfer bei einem einzelnen Probetraining jemanden beurteilt und Trainingstips für mehrere Wochen oder gar Monate gibt.

Beachte stets die Verhältnismäßigkeit der Korrekturen bei verschiedenen Schüler/innen in einer Trainingsstunde. Einen Fehler, den Du bei der einen Person vor der Gruppe als äußerst gravierend bezeichnest, darfst Du bei einem anderen Gruppenmitglied nicht verharmlosen.

Orientiere Deine Korrekturen an dem jeweiligen Leistungsniveau Deiner Schüler/innen.

Erklärungen, die für das Verständnis einer Übung notwendig sind und längere Zeit beanspruchen, solltest Du mit den Betroffenen nach dem Training besprechen, um im Training Zeit zu sparen und den Trainingsfluß zu gewährleisten.

Wichtig: Du solltest unbedingt versuchen, aufmerksam zu registrieren, an welchem Fehler Du mit einem Schüler in einem Training bzw. in einem bestimmten Zeitraum arbeitest, damit Du nicht von Training zu Training wahl- und ziellos korrigierst.

5. Was mußt Du beachten, wenn Du mit einem zweiten Trainer gleichzeitig in einer Trainingsgruppe tätig bist?

In diesem Falle muß eine gute Abstimmung zwischen Euch erfolgen:

Der Co-Trainer muß nämlich bei seinen Korrekturen berücksichtigen, wo derjenige, der gerade das Training leitet, seinen Trainingsschwerpunkt legt.

Der Co-Trainer sollte außerdem beobachten, wer vom Trainer gerade korrigiert wurde und umgekehrt. Dadurch vermeidet Ihr, daß ein Schüler in kurzem Zeitraum von verschiedenen Trainern verschiedene Korrekturen erhält.

Der Co-Trainer sollte vorwiegend taktil erklären oder zumindest einzelne Personen nur leise ansprechen.

TIP:

Am effektivsten ist, wenn Ihr vorher vereinbart, wer während des Trainings bei welchem Teil der Gruppe die Korrekturen vornimmt.

MAL AUSPROBIEREN:

Eure Karateschüler/innen (auch die Kinder!!!) sollten sich hin und wieder mal gegenseitig bei den verschiedensten Übungen korrigieren. Das Sprechen dabei bedeutet gleichzeitig eine Entspannung. Damit wirkt Ihr ein wenig der «Kommunikationsarmut» im Karate entgegen. Ihr werdet staunen, wie gut das funktioniert!

6. Wie wichtig ist das Lob für Deine Karateschüler/innen?

Dein Lob ist äußerst wichtig für Deine Schüler/innen, denn es bestätigt deren gute Leistung bzw. deren Bemühungen und motiviert sie gleichzeitig, sich weiterhin zu bemühen.

Im Kindertraining solltest Du u.U. auch loben, obwohl noch Fehler vorhanden bzw. keine Verbesserungen erkennbar sind, hier dient das Lob ausschließlich der Motivation anstatt der Belohnung!).

Zu Beginn häufig (bzw. immer) loben, später nur noch ab und zu (unregelmäßig), sonst nutzt sich das Lob ab.

Wichtig:

Dein Lob muß authentisch sein!

Zusammenfassend:

An dieser Stelle findest Du eine ganze Menge Tips und Techniken, die keineswegs einen Anspruch auf Vollständigkeit stellen. Du solltest versuchen, diese im Laufe der Zeit einzuüben, ebenso wie Deine Schüler/innen ihre Karatetechniken nach und nach lernen müssen.

Einerseits gibt es für die Fehlerkorrektur klare Spielregeln, die Du einhalten solltest, andererseits gibt es aber immer wieder Ausnahmen. Hierzu solltest Du stets unter Einsatz des gesunden Menschenverstandes Vor- und Nachteile der verschiedenen Methoden abwägen.

*Martin Hartung
(Shotokan VT Zweibrücken)*

*Matthias von Saldern
(Karate-Do Landau)*

BUNDESLIGA

Bundesliga

Team des KSV Wirges fährt zur Deutschen Mannschaftsmeisterschaft

Erstes Saisonziel durch die Qualifikation zur Play-Off-Runde erreicht!

Nach Siegen über Klarenthal, Nürnberg-Süd, Gammertingen, Traunstein und Karlsruhe/Beiertheim stand fest, daß die Bundesligamannschaft des KSV Wirges es erneut geschafft hat, als Viertplatzierte der Bundesliga Gruppe Süd, die Play-Off-Runde am 26.06.1999 in Breisach zu erreichen. Daran änderten auch die die knappen Niederlagen gegen VfL Nürnberg, Villingen und Ravensburg nichts mehr. Dieser Erfolg wiegt umso mehr, weil die Mannschaft in allen Kämpfen auf zwei Stammkämpfer verzichten mußte. Dafür kamen bei den Wirgesern vor allem Markus Jäger und Marc Brettnacher zum Einsatz. Markus kämpfte in der Offensive sehr stark und kam nur dann in Schwierigkeiten, wenn er selbst

unter Druck geriet. Trotz dieser kleinen taktischen Schwäche, verlor er nur drei Kämpfe. Marc, Deutscher Juniorenmeister (-65 kg) hatte es meistens mit körperlich überlegenen Gegnern zu tun, unterlag aber nur dem Schweizer Nationalkämpfer R. Kern der für Ravensburg startete. Bei der Deutschen Mannschaftsmeisterschaft in Breisach, zu der sich jeweils die vier Erstplatzierten der Bundesligagruppen Süd und Nord qualifizieren, hat die Mannschaft aus Wirges es zuerst mit den Teams Villingen, Banzai Berlin und Nippon Berlin zu tun. Sollten hier die Wirgeser in ihrer stärksten Besetzung antreten können, stehen die Chancen gut in dieser Gruppe unter die ersten zwei zu kommen. Dann ginge es gegen die beiden erstplatzierten Mannschaften der anderen Gruppe, die aus den Teams Ravensburg, VfL Nürnberg, Siegburg und Hamburg zusammensetzt, um die Plätze Eins bis Drei.

Hier die Tabelle der Gruppe Süd nach dem letzten Kampftag:

Platz	Verein	Punkte
1	KJC Ravensburg	16:0
2	Shintaikan Villingen	14:2
3	VfL Nürnberg	12:4
4	KSV Wirges	10:6
5	KD Gammertingen	8:8
6	KD Klarenthal	4:12
7	SV Nürnberg-Süd	3:13
9	KC Traunstein	2:14

Lehrgänge und Events

KARATE-SELBSTVERTEIDIGUNGSLEHRGANG mit Gilbert Gruss 8. DAN am 27.+28.11.1999 in Frankenthal

- Veranstalter:** Rheinland-Pfälzischer Karate-Verband e.V.
- Ausrichter:** 1. Shotokan Karate Club Frankenthal Landesleistungszentrum/Karate
Peter Rau/Peter Michl, 67227 Frankenthal, Mörscherstr. 133
Tel./Fax: 0 62 33/36 66 60
- Trainingsort:** Andreas-Albert-Schule, Petergartenweg, 67227 Frankenthal
(Weg wird ausgeschildert)
- Teilnehmer:** ab 8. Kyu (Gelbgurt), über 14 Jahren
- Trainingszeiten:** **Samstag, den 27.11.99**
10.00-11.30 Uhr 8.-5. Kyu
11.30-13.00 Uhr 4. Kyu-Dan
15.00-16.30 Uhr 8.-5. Kyu
16.30-18.00 Uhr 4. Kyu-Dan
Sonntag, den 28.11.99
10.00-11.30 Uhr 8.-5. Kyu
11.30-13.00 Uhr 4. Kyu-Dan
- Lehrgangsgebühr:** 35 DM
- Info:** über Breitensportreferent Bernd Otterstätter, Tel. 0 63 24/8 23 98
oder LLZ Frankenthal Tel. 0 62 33/36 66 60, Belotterstaetter@t-online.de
- Übernachtung:** Hotel Zur Post (direkt am Bahnhof) Tel. 0 62 33/2 72 17
Hotel Filling (Rathauscafé) Tel. 0 62 33/31 66-0
Hotel Central (Stadtmitte) Tel. 0 62 33/8 78-0
Am Samstagabend ab 18.30 h gemütliches Beisammensein im LLZ Frankenthal
- Haftung:** Der Ausrichter übernimmt keine Haftung.

KATA-LEHRGANG mit Carlo Fugazza in Idar-Oberstein

- Ausrichter:** Shotokan Karate Dojo SV 05 Goettschied
- Trainingsort:** Sporthalle Bein 1, die Halle liegt zwischen den Ortsteilen Nahbollenbach
und Weierbach (ausgeschildert)
- Lehrgangstermin:** Samstag, 02. Oktober 1999
- Trainingszeiten:** 10.00-11.30 Uhr 9.-5. Kyu
11.30-13.00 Uhr 4. Kyu-Dan
14.30-16.00 Uhr 9.-5. Kyu
16.00-17.30 Uhr 4. Kyu-Dan
zusätzliche Einheit ab 3. Kyu:
17.45-17.30 Uhr (Höhere Kata, Unsu o.Ä.)
- Lehrgangsgebühr:** 25 DM
- Info:** Leonhard Stibitz, Stöppengarten 17, 55743 Idar-Oberstein
Tel. 0 67 81/6 01-3 23, 13.00-16.00 h oder 0 67 81/2 69 12, 17.00-18.00h
- Anfahrt:** aus Richtung Mainz: A 61, dann B 41
aus Richtung Saarbücken: A 62, Abfahrt Freisen od. Birkenfeld

Lehrgänge und Events

KUMITE-LEHRGANG

mit Weltmeister Mark Haubold
in Frankenthal/Pfalz

- Ausrichter:** 1. Shotokan Karate Club Frankenthal e.V.
- Trainingsort:** Andreas-Albert-Schule, Petergartenweg, (Weg wird ausgeschildert)
- Lehrgangstermin:** 09.10.99 + 10.10.99
- Trainingszeiten:** **Samstag, den 09.10.99**
 11.00-12.30 Uhr, 15.00-16.30 Uhr 9.-5. Kyu
 12.30-14.00 Uhr, 16.30-18.00 Uhr 4. Kyu-Dan
- Sonntag, den 10.10.99**
 10.00-11.30 Uhr 9.-5. Kyu
 11.30-13.00 Uhr 4. Kyu-Dan
- Lehrgangsgebühr:** 25 DM
- Prüfungen:** Kyuprüfungen am Sonntag ab 13.00 Uhr in der Halle
(Marken und Urkunden vorhanden)
- Übernachtungen:** Begrenzt im LLZ möglich (Anmeldung siehe oben)
(Reichhaltiges Frühstück 10 DM)
- Fete:** Samstag, ab 19.00 Uhr, gemütliches Beisammensein im Bistro des LLZ
- Info:** Peter Rau, Tel.: 0 172/4 81 68 67 oder LLZ Frankenthal 0 62 33/36 66 60
- Haftung:** Der Ausrichter übernimmt keinerlei Haftung.

Der Eine hat,...



Breitensportlehrgang des Rheinlandpfälzischen Karateverbandes e.V.



KATA-SPEZIALLEHRGANG



**Shotokan - Goju-Ryu
Bo-Jutsu (Stockkampf)**

Shiatsu (japan. Fingerdruckmassage)

- Veranstalter:** Rheinlandpfälzischer Karateverband e.V.,
Breitensportreferent Bernd Otterstätter
- Ausrichter:** Budokan Kaiserslautern e.V.
1.Vors. Marcus Gutzmer Tel./Fax 06 31/4 81 96
- Termin:** 03.07.1999
- Ort:** Barbarossaschule Kaiserslautern (nahe Arbeitsamt/Rotes Kreuz)
Ecke Friedrichstr./Augustastr.
Weg wird ab Autobahnabfahrt Ost und West ausgeschildert

Ziel des Lehrganges ist es, die beiden Stilrichtungen Shotokan und Goju-Ryu einander näher zu bringen und voneinander zu lernen. Das Karatetraining wird durch das Training mit dem Langstock Bo hervorragend ergänzt. Shiatsu eignet sich sehr gut zur Entspannung.

- Referenten:** **Michael Hoffmann, 4. DAN**
Goju-Ryu Europameister
- Marcus Gutzmer, 3. DAN**
German Kata-Cup Sieger, Shotokan-Cup Sieger,
mehrfacher Landes- und Deutscher Meister
- Patricia Kennel, 3. DAN**

- Lehrgangsgebühr:** Kinder (bis 14 Jahre): 10,- DM
Erwachsene: 15,- DM

Es besteht die Möglichkeit zur Prüfung bis 1. Kyu Shotokan und Goju-Ryu.
Prüfungsmarken und Urkunden sind vorhanden!

Für das Bo-Training sind keinerlei Vorkenntnisse nötig. Bitte einen Stock von ca. 180 cm Länge mitbringen (z.B. Besenstiel o.ä.). Für Shiatsu bitte Decken und Kissen mitbringen.

Vor und nach jeder Trainingseinheit besteht die Möglichkeit, sich alte Lehrfilme anzusehen.

- Trainingszeiten:**
- | | |
|-----------------|--|
| 09.00-10.15 Uhr | 9.-6. Kyu |
| 10.15-11.30 Uhr | 5. Kyu-Dan |
| 12.00-13.00 Uhr | Grundlagen Bo-Jutsu |
| 14.00-15.15 Uhr | 9.-6. Kyu |
| 15.15-16.30 Uhr | 5. Kyu-Dan |
| ab 17.00 Uhr | Shiatsu |
| ab 18.00 Uhr | Prüfungen bis 1. Kyu Shotokan und Goju-Ryu |

Essen und Getränke können preiswert in der Halle bezogen werden!

Der Veranstalter lehnt eine Haftung jeglicher Art ab!



... der Andere staunt!

Fotos: F. Esser

Jod - Das Salz in der Suppe?

Was die Versorgung mit Jod angeht, steht Deutschland am Ende der Weltrangliste.

Dieses bestehende Joddefizit ist bei Sportlern besonders groß. Denn mit jedem Liter Schweiß gehen fast 15% der durchschnittlichen Tagesaufnahme eines Bundesbürgers an Jod verloren.

Ein guttrainierter Sportler verliert etwas 1,5 Liter Schweiß pro Stunde und mit jedem Liter Schweiß ca. 10 Mikrogramm Jod. Bei 2-stündiger Betätigung können somit bis zu 30 Mikrogramm Jod verloren gehen. Da die tägliche Jodzufuhr in Deutschland in der Regel nur die Hälfte der empfohlenen Menge von 200 Mikrogramm erreicht, können derartige Verluste für den Sportler langfristig fatal sein.

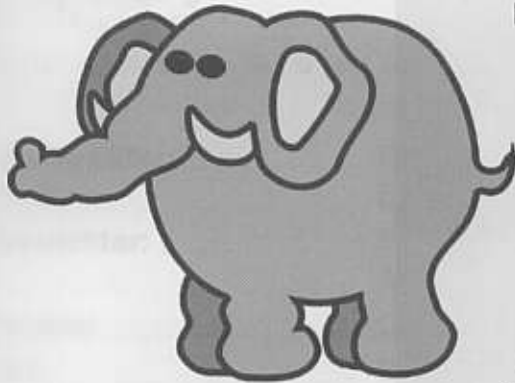
Leistungs- und Konzentrationsschwächen sind häufig nicht das Ergebnis einer falschen Trainingsplanung, sondern die Folgen unausgeglichener Joddefizite. Und so manche »Frühjahrs Müdigkeit« ist in Wahrheit versteckter Jodmangel. Der Mehrbedarf an Jod läßt sich aber wie bei nahezu allen anderen Mineralstoffen durch eine vollwertige, ausgewogene Ernährung aus-

gleichen. Denn neben Seefisch, Meeresfrüchten und jodhaltigen Mineralwässern gibt es keine natürlichen Lebensmittel, die Jod in nennenswerten Mengen enthalten.

So wies Dr. med. Johannes M. Peil, leitender Arzt der Sportklinik Bad Nauheim, im Rahmen eines Expertenmeetings darauf hin, daß immer häufiger auf Präparate und synthetische Leistungsförderer zurückgegriffen werde. Einfachen, aber wirkungsvollen Maßnahmen zur Erhaltung der Leistungsfähigkeit dagegen, wie der Verwendung von Jodsalz und dem Verzehr mit Jodsalz hergestellter Lebensmittel, werde aber nicht die ihnen gebührende Bedeutung beigemessen.

Nur etwa 70 Mikrogramm Jod statt der empfohlenen 180 - 200 Mikrogramm nehmen Jugendliche und Erwachsene derzeit im Durchschnitt mit der täglichen Nahrung zu sich. Die fehlenden 130 Mikrogramm lassen sich auf einfache Weise mit Jodsalz, Seefischmahlzeiten, jodhaltigem Mineralwasser und unter Zugabe von Jodsalz hergestellten Lebensmitteln ausgleichen.

Dickhäuter im RKV



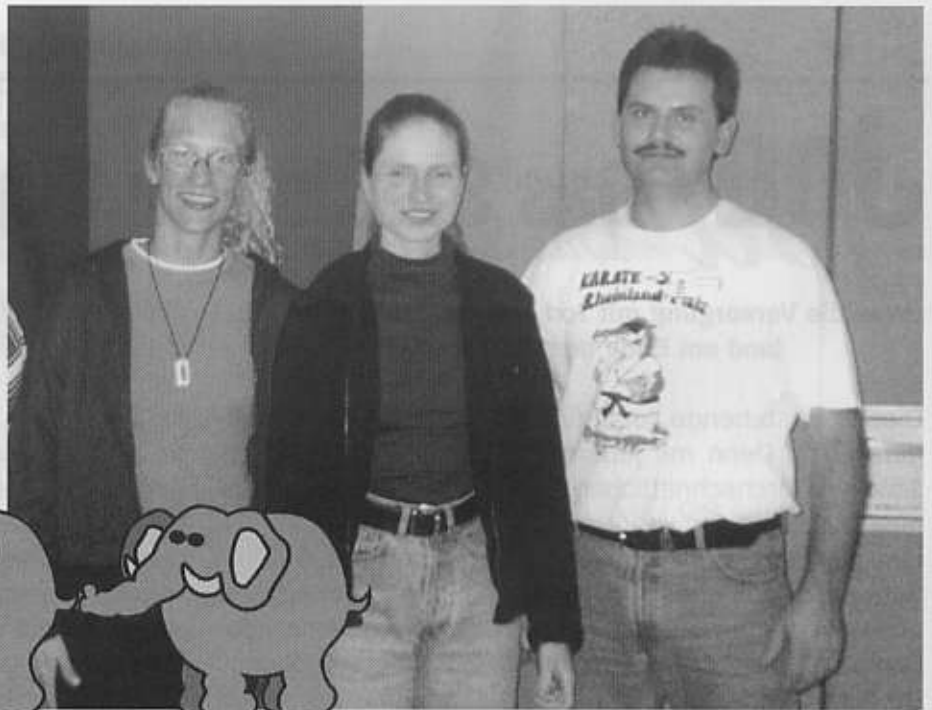
Der Elefant, bekannt für seine »Pachyderm« – seine dicke Haut. Fast so dick, wie die des Jugendvorstandes, denn was uns in letzter Zeit über »Dritte und Vierte« zugetragen wurde, geht auf keine Kuhhaut mehr!

Dies soll nicht falsch verstanden werden – wir nehmen Kritik positiv wie negativ – gerne entgegen.

Jede Anregung kann nur dazu beitragen, die Jugendarbeit effektiver zu gestalten. Jedoch sollte dies offen, ehrlich und direkt an den Jugendvorstand gerichtet werden. Daß in Ämtern immer gern jemand am Stuhlbein sägt, ist wohl jedem bekannt – allen kann man es nun mal nicht recht machen. Da aber in letzter Zeit immer mehr Intrigen gegen den Jugendvorstand angezettelt werden, sahen wir uns gezwungen, uns auf diesem Wege Luft zu verschaffen. Diese hinterhältige Art und Weise reicht jedoch nicht aus, um den Jugendvorstand abzusägen (auch wenn einige im RKV nichts dagegen hätten...).

Denn wir halten zusammen!

*von links nach rechts:
Landesjugendreferentin Manuela Klaas
Vertreterin der weiblichen Jugend
Natascha Engels
Jugendschriftführer Peter Eckes*



P.S.:
**Anregungen und
Kritik direkt an den
Jugendvorstand:**

Manuela Klaas, Schulstr. 9,
56307 Muscheid, Tel.: 0 26 84/42 33
Peter Eckes, Kirchstr. 18,
56814 Wirfus, Tel.: 0 26 53/85 33
Natascha Engels, Frankenstr. 6a,
56729 Bermel, Tel.: 0 171/5 34 29 64

Auf vielfachen Wunsch wird in dieser Ausgabe nochmals die BestOf-Liste der RKV-Meisterschaft in Kaiserslautern (06./07.03.1999) veröffentlicht.

RKV Rangliste Kata 1999

Stand: 18.05.1999

Platz	Name	Vorname	Verein	Altersklasse	Punkte	Anz. Starts	
DAMEN	1	Theophanus	Katharina	Neustadt/Wied	Junioren	10	2
	2	Kirsche	Britta	SKR Germersheim	Junioren	8	3
	3	Aliani	Sandra	SKR Germersheim	Junioren	6	3
	4	Tyschtschenko	Helena	1. JJKC Haßloch	Junioren	4	1
	5	Nellinger	Esther	KC Wittlich	Junioren	2	1

1	Theophanus	Marianna	Neustadt/Wied	Senioren	20	2
2	Kraushaar	Sabine	Goju-Ryu Schifferstadt	Senioren	8	2
3	Theophanus	Katharina	Neustadt/Wied	Senioren	6	1
4	Klaas	Manuela	Mayen/Mendig	Senioren	6	2
5	Kirsche	Britta	SKR Germersheim	Senioren	4	1
6	Engels	Natascha	Mayen/Mendig	Senioren	1	1

HERREN	1	Wewias	Sebastian	1.KV Ludwigshafen	Junioren	10	1
	2	Tschepe	Christoph	TG Konz	Junioren	8	1
	3	Sedda	Guiseppo	1.KV Ludwigshafen	Junioren	6	2
	4	Heyde	Marco	TG Konz	Junioren	4	1

1	Gutzmer	Markus	Budokan Kaiserslautern	Senioren	10	2
2	Mathieu	Randelle	TG Konz	Senioren	8	1
3	Puccio	Calogero	1.KV Ludwigshafen	Senioren	6	2
4	Joschko	Martin	Budokan Kaiserslautern	Senioren	4	1
5	Reimann	Thomas	Budokan Kaiserslautern	Senioren	2	1

bisher besuchte Turniere:

1. RKV Meisterschaft 1999
Junioren u. Senoren
2. Krokoyama Cup 1999
Junioren
3. German Kata-Cup 1999
Junioren u. Senoren

BEST OF RKV 1999

Verein	Platz 1	Platz 2	Platz 3
Germersheim, SKR	12	6	7
Wirges, KSV	10	5	4
Ludwigshafen, 1. KV	7	4	5
Trier, KST	5	6	6
Schifferstadt, Goju-Ryu	5	5	5
Limburgerhof, TG	4	3	1
Speyer, 1. SKV	2	2	5
Konz, TG	0	5	3
Ludwigshafen, SKD	1	3	2
Neustadt/Wied, SF	2	1	2
Ludwigshafen, PSV	0	4	2
Haßloch, 1. JJKC	1	3	1
Wittlich, KC 1 1 1			
Koblenz, TuS Rot-Weiß	0	1	3
Anhausen SG	1	1	0
Rülzheim, KC	0	2	0
Frankenthal, Shotokan	1	0	0
Kaiserslautern, Budokai	1	0	0
Mutterstadt Budo Akademie	0	0	3
Mayen/Mendig, Karate Dojo	1	0	0
Zweibrücken, VT	0	1	0
Salmatal, KD	0	0	2
Landau Karate Do	0	0	2
Landau, ASV	0	1	0
Birkenfeld KC	0	0	1
Worms, Budokai	0	0	1

TERMINPLAN 1999!

Stand:
Juni 1999

Juni

- 12.-13.06. DM Einzel in Villingen
- 18.-20.06. BT Karamitsos in Mayen (Dan-Prüfung)
- 19.06. Prüfer-Lehrgang in Mayen
- 19.06. Danshakai
- 19.06. Europ. Vereinsmeisterschaft in Frankreich
- 26.-27.06. DM Team in Breisach
- ... Nakayama-Cup der ESKA in Polen

Juli

- 03.07. Kata-Speziallehrgang mit Michael Hoffmann, Marcus Gutzmer u. Patricia Kennel in Kaiserslautern
- ... JKA World-Cup
- ... 3. Ladies World Cup in Tokyo

August

- 21.-22.08. 2. RKV Verbandslehrgang in Schifferstadt
- ... British Open in England
- 28.-29.08. Bunkai-LG mit M. Gutzmer in Holzerath

September

- 11.09. Westerwald Cup in Montabaur
- 11.-12.09. Shotokan World Cup der WSKA in Moskau
- 18.-19.09. Goju Ryu EM in Walldürn/BW
- 25.-26.09. DM Schüler und Jugend in Hanau
- ... Finish Open in Helsinki

Oktober

- 02.10. Int. Deutsche Meisterschaft in Bonn
- 09.-10.10. Weltmeister Marc Haubold in Frankenthal
- 16.10. RKV-Prüfer-LG in ...
- 18.-19.10. Bunkai Lehrgang mit Sigi Hartl in Worms
- 28.-31.10. 1. WM der Jugend und Junioren WKF in Sofia

November

- 5.-06.11. Mastersseminar in Berlin
- 13.11. Internationaler Shotokan Cup in Worms Dan-Prüf. 4. Dan
- 13.11. Aufstiegsrunde Bundesliga Süd in RKV Kindererlebnisstag in
- 20.11. Deutsche Hochschulmeisterschaften in Würzburg
- 20.11. Goju Ryu Cup in Schifferstadt
- 20.-21.11. BT Günter Mohr in Mainz (Dan-Prüfung)
- 21.11. Eifel-Pokal in Mayen
- 27.-28.11. Kata-Lehrgang mit Sharzard Mansouri in Worms
- 27.-28.11. Gilbert Gruss in Frankenthal (Shotokan FT)
- 27.-28.11. Bavarian Open in Nürnberg
- 27.-28.11. Europ. Shotokan Cup der ESKA in Cadiz/Spainien

Dezember

- 04.-05.12. BT T. Dietl in Trier (PSV) Dan-Prüfung
- 03.-05.12. World Cup Kinder und Jugend in Misok/Ungarn

Dieser Plan wird laufend aktualisiert. Wenn Ihr Termine für den Plan habt, dann rechtzeitig bei mir einreichen!

Karate Sommerschule

1. Juli bis 4. Juli 1999 in Lich,

im Herzen von Hessen



Nationaltrainer Italien, 7.DAN
Carlo Fugazza
Mehrfacher Europameister. Der Meister vermittelt Ruhe und Dynamik des Karate Do.



Bundeslehrer der JKF, 7.DAN
Tadashi Ishikawa
Der 53-jährige Instructor bringt seine umfangreiche Erfahrung als Karatelehrer in sein Training vorbildlich ein.



Landestrainerin Kumite Hessen, 2.DAN
Anette Christl
Ihr Training macht es möglich, die Einheit von Körper und Geist zu erfahren.



Landestrainer Kumite Hessen, 4.DAN
Thomas Schwebe
Er zeigt in seinem Training, daß traditionelles und Wettkampf-Karate keine Gegensätze sind.



Landestrainer Kata Hessen, 4.DAN
Detlef Herbst
Seine Training motiviert durch die genauen Analysen und das tiefere Verständnis des Karate-Do.

Trainingszeiten:

Donnerstag	
Kinder 9.-6.Kyu	17.30-18.30 Uhr
9.-7.Kyu	18.30-20.00 Uhr
6.-4.Kyu	18.30-20.00 Uhr
3.Kyu-DAN	20.00-21.30 Uhr
Freitag	
Kata Spezial	9.-6.Kyu und 5.Kyu-DAN 8.00-9.00 Uhr
Kinder 9.-6.Kyu	9.15-10.15 und 15.00-16.00 Uhr
9.-7.Kyu	10.15-11.45 und 16.00-17.30 Uhr
6.-4.Kyu	10.15-11.45 und 16.00-17.30 Uhr
3.Kyu-DAN	11.45-13.15 und 17.30-19.00 Uhr
Samstag	
Kata Spezial	9.-6.Kyu und 5.Kyu-DAN 8.00-9.00 Uhr
Kinder 9.-6.Kyu	9.15-10.15 und 15.00-16.00 Uhr
9.-7.Kyu	10.15-11.45 und 16.00-17.30 Uhr
6.-4.Kyu	10.15-11.45 und 16.00-17.30 Uhr
3.Kyu-DAN	11.45-13.15 und 17.30-19.00 Uhr
Sonntag	
Kata Spezial	9.-6.Kyu und 5.Kyu-DAN 8.30-9.30 Uhr
Kinder 9.-6.Kyu	9.30-10.30 Uhr
9.-7.Kyu	10.30-12.00 Uhr
6.-4.Kyu	10.30-12.00 Uhr
3.Kyu-DAN	12.00-13.30 Uhr
Kampfrichter Lehrgang:	- Kampfrichter Grundlehrgang für DAN - Anwärter, am Freitag den 2. Juli ab 14 Uhr.

Kamikaze Stand:	Verkaufsstand der Firma Kamikaze am Samstag
INFO Karate Dojo Lich:	Telefon: 08404/63744 Telefax: 08404/85517
DAN-Prüfung:	Am Samstag ab 14.30 Uhr im LLZ mit D.Herbst und S.Wolf.

mit Kindergruppe

Gutschein

Der Teilnahmegebühr beinhaltet einen Gutschein über 20 DM für den Kauf eines Karate-Karategi. Nur gültig am Karate-Stand am Samstag während der Sommerschule.

KAMIKAZE KARATEGI
Sportartikel-Vertriebs-Gesellschaft
Am Bismarckgäßchen 6
Gewerbegebiet Ost, 65430 Berbach

Lehrgangsgebühr:	100 DM (55 DM Kindergruppe) bei Voranmeldung bis zum 13. Juni 99, der Betrag muß aber auf dem Konto eingegangen sein, danach 120 DM (65 DM Kindergruppe). Bitte die Anzahl der Erwachsene und Kinder auf dem Überweisungsträger angeben.
Bankverbindung:	Volksbank Gießen e.G. BLZ 513 900 00 Konto-Nr. 74.6351.13 Vermerk: "Sommerschule"
Achtung Dojoleiter:	Bei vereinsweise Voranmeldung von 10 TeilnehmerInnen gibtes eine FREIKARTE